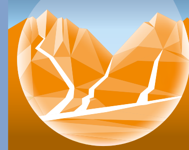
Sentiers d'eau minérale



graubünden

LUCIUS

EAU MINÉRALE NATURELLE

NOM
Lucius a été un des premiers missionnaires chrétiens en Rhétie.

TYPES DE SOURCES
Eau gazeuse ferreuse avec du sodium, du bicarbonate et du chlore

PRINCIPAUX COMPOSANTS

Sodium Na^{+}	3680 mg/l
Potassium K^{+}	156 mg/l
Calcium Ca^{2+}	612 mg/l
Magnésium Mg^{2+}	179 mg/l
Fer Fe^{2+}	7 mg/l
Chlore Cl^{-}	2180 mg/l
Bicarbonates HCO_3^{-}	6770 mg/l
Sulfate SO_4^{2-}	1520 mg/l

PARTICULARITÉS
Lucius vaut comme la source avec l'eau la plus minéralisée d'Europe. Le total des substances dissoutes est de 15'100 milligrammes par litre. L'eau de la source Lucius contient en particulier beaucoup de calcium, de chlore et de sulfate.

Le calcium est nécessaire au maintien de l'ossature normale et des dents. Il contribue sous forme dissoute à un métabolisme énergétique normal, à un fonctionnement normal des muscles, à la coagulation sanguine et à la transmission des signaux des cellules nerveuses. Le besoin quotidien moyen d'un adulte est de 800 milligrammes.

Le chlore contribue à une digestion normale par la formation de l'acide gastrique. Le goût salé est dû à l'association du sodium avec le chlore (la chlorure de sodium est la même chose que du sel alimentaire).

Aucune grande quantité ne devrait être bue sans avoir pris conseil auprès d'un médecin – en particulier en cas de troubles de l'estomac et de l'intestin.

«De telles eaux, il y en a comme les sols que celles-ci traversent.»

Aristoteles (384 – 322 av. J.-C.)